

Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Regulacja snu i czuwania (Wykład), PG_00139900						
Kierunek studiów	Biologia (O)						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2024 r.	Rok akademicki realizacji przedmiotu			2024/2025		
Poziom kształcenia	II stopnia	Grupa zajęć			Grupa zajęć obowiązkowych z zakresu kierunku studiów Grupa zajęć fakultatywnych Grupa zajęć powiązanych z prowadzonymi badaniami naukowymi w dziedzinie nauki związanej z kierunkiem - profil ogólnoakademicki		
Forma studiów	stacjonarne	Sposób realizacji			na uczelni		
Rok studiów	1	Język wykładowy			polski		
Semestr studiów	2	Liczba punktów ECTS			1.0		
Profil kształcenia	ogólnoakademicki	Forma zaliczenia			zaliczenie		
Jednostka prowadząca	Wydział Biologii						
Imię i nazwisko wykładowcy (wykładowców)	Odpowiedzialny za przedmiot		dr hab. Jolanta Orzeł-Gryglewska				
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu						
Formy zajęć	Forma zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Projekt	Seminarium	RAZEM
	Liczba godzin zajęć	15.0	0.0	0.0	0.0	0.0	15
	W tym liczba godzin zajęć na odległość: 0.0						
Aktywność studenta i liczba godzin pracy	Aktywność studenta	Udział w zajęciach dydaktycznych, objętych planem studiów		Udział w konsultacjach		Praca własna studenta	RAZEM
	Liczba godzin pracy studenta	15		2.0		8.0	25
Cel przedmiotu	Wykazanie znaczenia niezaburzonego snu dla prawidłowego funkcjonowania człowieka.						

Efekty uczenia się przedmiotu	Efekt kierunkowy	Efekt z przedmiotu	Sposób weryfikacji i oceny efektu
	[BIOLMU2_W05] dynamiczny rozwój nauk biologicznych oraz nowe kierunki i dyscypliny badawcze	- student ma świadomość ciągłego postępu w naukach biologicznych i orientuje się w powstawaniu nowych kierunków badawczych w zakresie fizjologii i medycyny snu	[SW4] test/egzamin - ustny lub pisemny [SW1] wypowiedź ustna/rozmowa/diskusja
	[BIOLMU2_K01] inicjatywy i samodzielności w działaniach oraz i odczuwa potrzebę uczenia się przez całe życie	- student wykazuje inicjatywę oraz rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie w zakresie fizjologii i higieny snu	[SK1] wypowiedź ustna/rozmowa/diskusja
	[BIOLMU2_W01] zjawiska i procesy przyrodnicze na różnym poziomie złożoności	- student rozumie zjawiska i procesy związane z regulacją rytmu snu i czuwania na poziomie systemowym i komórkowym	[SW4] test/egzamin - ustny lub pisemny [SW1] wypowiedź ustna/rozmowa/diskusja
	[BIOLMU2_U07] krytycznie konfrontować informacje biologiczne pochodzące z różnych źródeł i na tej podstawie wyciągać uzasadnione wnioski	- student wykazuje umiejętność krytycznej analizy i selekcji informacji z zakresu biologii snu i czuwania zwłaszcza ze źródeł elektronicznych i na tej podstawie wyciąga uzasadnione wnioski	[SU1] wypowiedź ustna/rozmowa/diskusja
	[BIOLMU2_U03] dokonywać krytycznej analizy i selekcji informacji biologicznych, zwłaszcza ze źródeł elektronicznych	student potrafi dokonywać właściwej selekcji informacji dotyczących regulacji snu i czuwania	[SU1] wypowiedź ustna/rozmowa/diskusja
[BIOLMU2_K07] systematycznie aktualizacji wiedzy biologicznej i informacji o jej praktycznych zastosowaniach	- student systematycznie aktualizuje wiedzę biologiczną w zakresie fizjologii i medycyny snu oraz informacje o jej praktycznych zastosowaniach	[SK1] wypowiedź ustna/rozmowa/diskusja [SK4] test/egzamin - ustny lub pisemny	
Treści przedmiotu	Metody badania czynności mózgu w czuwaniu i śnie. Udział poszczególnych struktur mózgowych w powstawaniu czuwania, snu wolnofalowego i paradoksalnego. Zmiany snu w rozwoju filogenetycznym i ontogenetycznym. Chronobiologia rytmu sen czuwanie; zegar biologiczny i rola melatoniny. Następstwa deprywacji snu. Zaburzenia snu u człowieka; parasomnie, neurobiologiczne podstawy bezsenności i narkolepsji.		
Wymagania wstępne i dodatkowe	Podstawowe wiadomości z zakresu anatomii i fizjologii człowieka		
Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się	Sposób oceniania (składowe)	Próg zaliczeniowy	Składowa oceny końcowej
	test zaliczeniowy	51.0%	100.0%
Zalecana lista lektur	Podstawowa lista lektur	<p>Rowan J., Tolunsky E. 2004. Podstawy EEG z miniatlasem. Wydawnictwo Medyczne Urban & Partner, Wrocław.</p> <p>Jurkowlaniec E. 2014. Paradoksy snu paradoksalnego. Kosmos, 63, 2: 181-187.</p> <p>Orzeł-Gryglewska J., 2010. Consequences of sleep deprivation. Int. J. Occup. Med. Environ. Health, 23(1), 95-114.</p> <p>Orzeł-Gryglewska J., 2017. Zaburzenia snu związane z nadmierną ekspozycją na światło. Polish Journal of Sustainable Development, 21(2), 91-100.</p>	

	<p>Uzupełniająca lista lektur</p>	<p>Jurkowlanec E. 2002. Podstawowe mechanizmy snu i czuwania: udział głównych układów neurotransmiterowych mózgu. Sen, 2 (1), 21-32.</p> <p>Jurkowlanec E. 2003. Regulacja hipokampalnego rytmu theta. Sen, 3 (2), 49-56.</p> <p>Szelenberger W. 2007. Neurobiologia snu. Pneumonologia i Alergologia Polska, tom 75, supl. 1, 38.</p> <p>Scammell TE, Arrigoni E, Lipton JO. 2017. Neural circuitry of wakefulness and sleep. Neuron, 93, 747-765. http://dx.doi.org/10.1016/j.neuron.2017.01.014</p> <p>Kryger M.H., Roth T., Dement W.C. 2011 oraz 2017. Principles and Practice of Sleep Medicine. Elsevier, Saunders (wyd.), Philadelphia, USA.</p> <p>Jernajczyk W. [red.]. W krainie snu. 2014, Kosmos, 63, 2 (303).</p> <p>Kubera M. [red.]. Neurobiologia snu. 2020, Kosmos, 69,3.</p>
	Adresy eZasobów	Adresy na platformie eNauczanie:
Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania	<ol style="list-style-type: none"> 1. Podaj definicję elektroencefalografii. Jakie są najważniejsze zalety tej metody? 2. Co w elektroencefalografii oznacza skrót SWA? 3. Co to jest polisomnografia? 4. Wyjaśnij skróty: EEG, EMG i EOG termin, co oznacza. 5. Co oznacza termin fale PGO? Kiedy występują? 	
Praktyki zawodowe w ramach przedmiotu	Nie dotyczy	

Dokument wygenerowany elektronicznie. Nie wymaga pieczęci ani podpisu.